ПО ПОВОДУ

УЧРЕЖДЕНІЯ

ГИМНАСТИЧЕСКАГО ОБЩЕСТВА

ВЪ САНКТПЕТЕРБУРГѢ.



САНКТПЕТЕРБУРГЪ.
Въ типографіи А. Краевскаго (Литейная, № 38-й).
1869.

Дозволено цензурою. С.-Петербургъ 19 го ноября 1869 года.

ПО ПОВОДУ

УЧРЕЖДЕНІЯ ГИМНАСТИЧЕСКАГО ОБЩЕСТВА

ВЪ САНКТПЕТЕРБУРГѢ.

Въ Петербургѣ образовалось недавно врачебно-гимнастическое общество. Нельзя не привѣтствовать его, какъ важный шагъ къ удовлетворенію одной изъ самыхъ существенныхъ потребностей нашей публики. Правда, что эта потребность ею самою еще не довольно сознается, но къ числу задачъ новаго общества именно и должно относиться, между прочимъ, распространеніе вѣрныхъ объ этомъ дѣлѣ понятій.

Гимнастика была извѣстна еще древнимъ; но у нихъ она имѣла совсѣмъ другое значеніе. Правда, она пользовалась большимъ уваженіемъ и считалась однимъ изъ существенныхъ условій воспитанія юношества; но цѣлью ея было собственно только развитіе

силы, ловкости и красоты. Здоровье почти не входило въ разсчотъ; притомъ, гимнастика древнихъ основывалась только на медицинскомъ инстинктѣ, а не на точныхъ познаніяхъ. Съ паденіемъ греко-римскаго міра она была совершенно забыта, и не прежде, какъ по прошествіи полуторы тысячи лѣтъ, т. е. въ началѣ нынѣшняго вѣка, снова обратила на себя вниманіе, зато теперь она получила высшее развитіе на научныхъ основаніяхъ. Въ настоящемъ своемъ значеніи это такое соединеніе науки и искуства, которое стремится, согласно съ законами природы, доставить человѣческому тѣлу посредствомъ движенія возможно-гармоническое развитіе.

Это новое направленіе дано было гимнастикѣ въ Швеціи знаменитымъ Лингомъ, необыкновенно даровитымъ человѣкомъ, который прославился и въ литературѣ, какъ замѣчательный писатель. Окончивъ курсъ наукъ въ Упсалѣ, онъ долго путешествовалъ по Европѣ и въ борьбѣ съ нуждою возъимѣлъ мысль привести въ систему законы движенія человѣческаго тѣла; по возвращеніи въ отечество, онъ нашолъ возможность приступить къ осуществленію этой идеи, получивъ мѣсто фехтовальнаго учителя въ лундскомъ университетѣ. Мало по малу, въ умѣ его возникъ вопросъ: нельзя ли тщательно-придуманными движеніями исцѣлять тѣлесные недуги и недостатки? Рѣшеніемъ этой задачи онъ сталъ особенно заниматься, когда переведенъ былъ въ Стокгольмъ. Въ 1813 году подалъ онъ государственнымъ чинамъ записку о врачебной

гимнастикѣ. По разсмотрѣніи ея, сеймъ призналъ въ этомъ дѣлѣ національный интересъ и асигновалъ сумму на учрежденіе въ Стокгольмѣ центральнаго гимнастическаго института. Лингъ былъ назначенъ директоромъ его и завѣдывалъ имъ до самой смерти своей, въ 1839 году. Швеція и теперь справедливо гордится этимъ заведеніемъ. Какъ всякая новая идея, гимнастика, созданная Лингомъ, не могла съ самаго начала возбудить общаго сочувствія; сознаніе ея пользы распространялось медленно, но тѣмъ надежнѣе. Нынѣ почти во всѣхъ главныхъ городахъ Европы находится уже по нѣскольку гимнастическихъ заведеній. Изъ нихъ своимъ устройствомъ особенно отличается находящееся въ Дрезденѣ.

Гимнастику, смотря по цѣли ея въ разныхъ примѣненіяхъ, раздѣляютъ на различные виды, какъ, напримѣръ, на діэтическую, которою пользуются здоровые, педагогическую, военную, эстетическую, и т. п. Но самый важный видъ составляетъ гимнастика врачебная, которая исцѣляетъ болѣзни движеніями страждущаго, производимыми его собственною или постороннею силою. Дѣйствительность врачебной гимнастики признается уже почти всѣми врачами въ Европѣ, которые смотрятъ на дѣло безпристрастно. Изъ числа извѣстнѣйшихъ германскихъ медиковъ, многіе уже отдали ей полную справедливость въ своихъ сочиненіяхъ, напримѣръ: Иделеръ, Рихтеръ, Фирховъ, Фрорипъ, Вундерлихъ. Одинъ изъ нихъ, Рихтеръ, ознакомившійся съ этою отраслью гимнастики въ

самомъ Стокгольмѣ, между прочимъ, такъ отзывается о ней:

«Благодаря изученію анатоміи и физіологіи, шведскіе гимнасты основали на познаніи человѣческаго организма новую науку о тѣлесныхъ движеніяхъ. Многочисленными, долголѣтними опытами они старались выяснить, какимъ образомъ каждое движеніе мускуловъ, а также и цѣлыя группы такихъ движеній дѣйствуютъ на отдѣльныя части тѣла и на весь остальной организмъ, напримѣръ, какіе мускулы участвуютъ въ этомъ прямо и какіе только для сохраненія равновѣсія; каково нервичное дѣйствіе движеній; какія они имѣютъ послѣдствія при продолжительномъ, часто повторяющемся упражненіи; какъ оно отзывается на внутреннихъ частяхъ, на мозгѣ, на спинномъ хребтѣ, на развитіи легкихъ, на біеніяхъ сердца, на распредѣленіи крови въ отдѣльныхъ сѣткахъ волосяныхъ сосудовъ и т. д. Этихъ опытовъ, которые началъ Лингъ, а продолжалъ Брантингъ, накопилось чрезвычайно много. Въ одной врачебной гимнастикѣ насчитываютъ до 2,000 такихъ, которыхъ дѣйствія съ точностью опредѣлены.

«Поэтому, гимнастика вовсе не состоитъ въ произвольномъ скаканіи, лазаньи, борьбѣ и тому подобныхъ движеніяхъ, которыя, напротивъ, осуждаются ею; она не состоитъ также въ фокусахъ, доказывающихъ силу или ловкость, и предоставляетъ ихъ акробатамъ. Она строго держится той основной мысли, что человѣкъ, посредствомъ систематическихъ, органически-связанныхъ между собою

упражненій, сначала простыхъ, потомъ болѣе и болѣе сложныхъ и трудныхъ, становится, мало по малу, способнымъ вполнѣ располагать своими тѣлесными силами. Врачебная гимнастика не ограничивается леченіемъ тѣхъ, которые одержимы такъ-называемыми тѣлесными недостатками, напримѣръ, кривобокихъ: она занимается исцѣленіемъ самыхъ разнообразныхъ недуговъ, какъ-то: болѣзней нервной системы, кровяныхъ сосудовъ, легкихъ, желудка» и проч.

Описавъ потомъ самый ходъ занятій въ стокгольмскомъ центральномъ институтѣ, докторъ Рихтеръ говоритъ о посѣтителяхъ, которыхъ ему случилось тамъ видѣть: «Всѣ они были въ веселомъ расположеніи духа и очень довольны ходомъ леченія. Между прочими—прибавляетъ онъ—мнѣ показали посланника одной изъ первостепенныхъ державъ, который, тщетно испробовавъ всевозможныя лекарства отъ застарѣлаго недуга, наконецъ, обратился къ гимнастикѣ и совершенно исцѣлился».

Точно такъ же и намъ самимъ довелось однажды встрѣтиться въ петербургскомъ гимнастическомъ заведеніи съ однимъ изъ извѣстныхъ нашихъ сановниковъ: онъ разсказывалъ намъ, что, долгое время страдавъ безсонницею, отъ которой ничто ему не помогало, прибѣгнулъ недавно къ врачебной гимнастикѣ и уже черезъ четыре дня началъ спать.

Надобно сознаться, что мы, русскіе, вообще говоря, слишкомъ мало понимаемъ важность физическаго воспитанія и діэтетики,

а тѣмъ менѣе гимнастики. Въ этомъ отношеніи мы еще замѣтно отстаемъ отъ другихъ государствъ, гдѣ эти условія здоровья уже давно цѣнятся большинствомъ образованныхъ людей. У насъ, даже въ столицахъ, рѣдко кто съ молоду бываетъ пріученъ подчиняться, въ образѣ жизни, въ занятіяхъ, пищѣ и снѣ, здравымъ началамъ, которыхъ необходимость дознана вѣками. Вниманіе къ такимъ правиламъ многіе считаютъ даже смѣшнымъ педантизмомъ. А между тѣмъ, отъ соблюденія ихъ зависитъ лучшее благо жизни — прочное здоровье и самая долговѣчность. Вотъ почему гимнастика у насъ оказывается особенно нужною, частью для предупрежденія болѣзней, происходящихъ отъ неправильнаго или сидячаго образа жизни, частью для исцѣленія развившихся уже недуговъ. Но что̀ мы видимъ на самомъ дѣлѣ? Наши гимнастическія заведенія посѣщаются, по бо̀льшей части, людьми иностраннаго происхожденія; а если и покажется тамъ изрѣдка коренной русскій человѣкъ, то можно почти навѣрно сказать, что это будетъ ненадолго: онъ заплатитъ деньги, начнетъ ходить, но скоро ему это наскучитъ, и онъ, мало по малу, отстанетъ. Такъ-то въ насъ мало выдержки и терпѣнія!

Отъ отсутствія гимнастики всего болѣе страдаетъ у насъ возрастающее поколѣніе. Воспитанники нашихъ учебныхъ заведеній, по большей части блѣдные и худые, служатъ печальнымъ свидѣтельствомъ нашего невниманія къ ихъ будущему. И добро бы это вознаграждалось общимъ уровнемъ ихъ умствен-

наго образованія! Но можемъ ли мы похвалиться этимъ передъ Западною Европою, гдѣ молодые люди менѣе сидятъ, но болѣе знаютъ! Нашъ гимназистъ проводитъ 6 часовъ утра въ училищѣ, по большей части въ душномъ классѣ, сгорбившись надъ своими тетрадями; въ краткіе промежутки между часовыми уроками онъ рѣдко дышетъ чистымъ воздухомъ; въ нѣкоторыхъ гимназіяхъ ему даже нѣгдѣ пройтись на просторѣ, не говоря уже о томъ, чтобъ ему хорошенько размяться, побѣгать или повозиться. Когда онъ воротится домой, ему опять не до отдыха, не до прогулки: чтобъ успѣть приготовить заданные уроки, онъ долженъ иногда тотчасъ же опять засѣсть и работать вплоть до обѣда, а послѣ обѣда снова приняться за дѣло и сидѣть до поздняго вечера. Въ цѣлой Европѣ ни одинъ взрослый человѣкъ, ни государственный сановникъ, ни учоный, не сидитъ въ сутки столько часовъ надъ рабочимъ столомъ, какъ нашъ бѣдный гимназистъ, если онъ хочетъ совѣстливо исполнить то, чего отъ него требуютъ, если у него есть благородное честолюбіе.

На помощь такимъ-то, между прочимъ, жертвамъ нашего порядка вещей является теперь новое гимнастическое общество. Первая попытка введенія гимнастики въ наши училища относится къ началу 30-хъ годовъ. Во всѣхъ военно-учебныхъ заведеніяхъ были тогда настроены разнаго рода гимнастическіе апараты, столбы, брусья, лѣстницы и т. п. Но вскорѣ, къ сожалѣнію, оказалось, что все

это сдѣлано было, по крайней мѣрѣ, въ нѣкоторыхъ заведеніяхъ, только для виду. Стало ясно, что начальствовавшія лица не оцѣнили благой идеи правительства и уклонялись отъ ея исполненія, вѣроятно, опасаясь, съ одной стороны, лишняго расхода, а съ другой—нарушенія своего спокойствія ушибами, паденіями и тому подобными случайностями, при которыхъ уже нельзя было бы сказать, что «все обстоитъ благополучно». Черезъ нѣсколько лѣтъ, однакожь, благодаря переселенію къ намъ изъ Швеціи нѣсколькихъ усердныхъ гимназіарховъ, дѣло пустило здѣсь корни. Подъ руководствомъ этихъ лицъ подготовлено было въ военномъ вѣдомствѣ изъ бывшихъ кантонистовъ довольно большое число практическихъ учителей гимнастики, которые много лѣтъ и преподавали ее, съ умѣньемъ и ловкостью, въ военно-учебныхъ заведеніяхъ. Нельзя при этомъ случаѣ не помянуть съ благодарностью двухъ шведовъ, гг. Паули и Де-Рона, которые одинъ за другимъ содержали въ Петербургѣ главное гимнастическое заведеніе и своею ревностью къ дѣлу много способствовали первоначальному успѣху его въ Россіи. Де-Рону ввѣрено было завѣдываніе гимнастическими упражненіями въ столичныхъ военно-учебныхъ заведеніяхъ и въ гвардейскомъ корпусѣ; сверхъ того, онъ впродолженіи многихъ лѣтъ получалъ отъ правительства значительное пособіе на содержаніе частнаго гимнастическаго заведенія. Въ 1858 году Де-Ронъ оставилъ Россію, и заведеніе его перешло въ руки главнаго сотрудника его, доктора Берг-

линда, окончившаго курсъ медицины въ упсальскомъ университетѣ и пріобрѣвшаго учено-практическое знаніе гимнастики въ стокгольмскомъ заведеніи подъ руководствомъ Брантинга. Въ настоящее время Петербургъ имѣетъ четыре гимнастическія заведенія: одно, прежде принадлежавшее г. Берглинду, а теперь перешедшее въ завѣдываніе новаго гимнастическаго общества (на углу Невскаго Проспекта и Большой Садовой); другое—г. Вальфельта (въ павильйонѣ инженернаго замка); третье доктора Бенезе (въ адмиралтействѣ) и четвертое—г. Клевезаля (у синяго моста). Во всѣхъ этихъ заведеніяхъ, сколько намъ извѣстно, употребляются одни и тѣ же пріемы шведской гимнастики.

Послѣ подробнаго разспроса или осмотра каждаго больного, директоръ заведенія вручаетъ ему записку, какъ бы гимнастическій рецептъ, гдѣ по порядку означены всѣ движенія, которымъ паціентъ или только страждущая часть тѣла будетъ подвергаться.

Движенія, ведущія къ облегченію больного, бываютъ активныя или пасивныя, т. е. или самъ больной долженъ производить подъ надзоромъ гимнаста предписанныя движенія мускуловъ, или гимнастъ приводитъ ихъ въ движеніе, между тѣмъ, какъ больной только сдерживается отъ произвольнаго употребленія своихъ мускуловъ. Есть еще активно-пасивныя движенія, происходящія при участіи обѣихъ сторонъ.

Эти упражненія чрезвычайно разнообразны, но каждое изъ нихъ имѣетъ свою опре-

дѣленную мѣру и продолжительность, смотря по предписанію. Въ промежуткахъ больные отдыхаютъ или прохаживаются по залѣ. У каждаго гимназіарха (учителя гимнастики) нѣсколько помощниковъ, участвующихъ въ упражненіяхъ и руководящихъ ими. Упражненія бываютъ двоякія: одни для здоровыхъ, другія для больныхъ, такъ что и посѣтители раздѣляются на два главные отдѣла. Третій, дополнительный отдѣлъ составляютъ дѣти, которыми занимается особый помощникъ. Ежедневно залы, снабженныя всѣми возможными гимнастическими снарядами, оживляются движеніемъ и говоромъ. При дѣятельной заботливости и внимательности директора, никто изъ посѣтителей не остается долго безъ дѣла: здоровые совершенствуются въ силѣ и ловкости, больные ведутъ методическую борьбу съ своими недугами, дѣти пріобрѣтаютъ бойкость и развязность, бѣгая, прыгая и перенимая съ веселыми кликами показываемыя имъ движенія. Даже и безъ намѣренія постоянно посѣщать эти заведенія, стбитъ побывать въ одномъ изъ нихъ, и мы совѣтуемъ всякому поближе ознакомиться съ гимнастикой. Можно надѣяться, что въ будущемъ ее ожидаетъ важная воспитательная роль въ развитіи обществъ; она должна пріобрѣсти государственное значеніе для физическаго воспитанія европейскихъ народовъ.

Въ нынѣшнее время число лицъ обоего пола, посѣщающихъ гимнастическія заведенія въ Петербургѣ, сравнительно, еще очень невелико; а главное — эти заведенія слишкомъ

мало доступны для молодого поколѣнія и не выполняютъ важнѣйшей потребности—не доставляютъ учителей и учительницъ гимнастики.

Понятно, что безъ этого послѣдняго условія судьба гимнастики у насъ лишена своего главнаго обезпеченія, такъ какъ запасъ приготовленныхъ нѣкогда учителей безпрестанно истощается и все рѣже становятся люди, способные вести дѣло сознательно, на правильныхъ основаніяхъ. Вотъ почему докторъ Берглиндъ, полюбившій Россію, какъ второе свое отечество, возымѣлъ благую мысль учредить такое общество, которое, содѣйствуя вообще распространенію у насъ гимнастики, особенно поставило бы себѣ задачею: 1) подготовленіе спеціалистовъ для ея преподаванія и 2) облегченіе средствъ ею пользоваться, особенно воспитывающейся молодёжи.

Начало этого предпріятія увѣнчалось полнымъ успѣхомъ: мысль г. Берглинда одобрена высшимъ правительствомъ, съ высочайшаго разрѣшенія учреждено врачебно-гимнастическое общество и уставъ его утвержденъ г. министромъ внутреннихъ дѣлъ. Теперь публикѣ предстоитъ поддержать это полезное дѣло. Нельзя сомнѣваться, что просвѣщонная администрація нашихъ гражданскихъ и военно-учебныхъ заведеній, а также и начальства женскихъ училищъ поспѣшатъ воспользоваться возможностью дать нашему молодому поколѣнію то, чего ему до сихъ поръ недоставало. Гимнастика — лучшая опора и сотрудница педагогіи. Учебное вѣдомство мо-

жетъ разными способами оказать поддержку возникающему гимнастическому обществу; такое содѣйствіе можетъ состоять или въ уступкѣ помѣщеній для устройства гимнастическихъ залъ, или въ присылкѣ учениковъ въ одинъ изъ такихъ отдѣловъ заведенія для упражненія за условленную плату, или, наконецъ, въ назначеніи лицъ, которыя, подъ надзоромъ дирекціи гимнастическаго общества, могли бы готовиться къ занятію современемъ учительской, по этому предмету, должности. Главнымъ помѣщеніемъ врачебно-гимнастическаго общества служитъ бывшее заведеніе г. Берглинда. Кромѣ членовъ, могутъ пользоваться гимнастикою и сторонніе посѣтители. Свидѣтельство о бѣдности, представленное за подписью трехъ членовъ, освобождаетъ отъ всякой платы за посѣщеніе залы. Желающій поступить въ дѣйствительные члены предлагается двумя членами общества *); списокъ лицъ, предлагаемыхъ въ члены, до балотировки вывѣшивается въ залѣ общества. Дѣлами его завѣдуетъ дирекція, состоящая изъ трехъ членовъ, гимназіарха (нынѣ доктора Берглинда) и врача заведенія; лица эти избираютъ изъ себя предсѣдателя. Дѣла, пре-

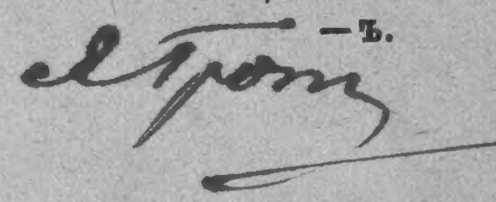
---

*) Каждый дѣйствительный членъ вноситъ въ первый годъ 25 р., а въ послѣдующіе 20 р.; желающіе же пользоваться не одною только діэтетическою (активною) въ общемъ отдѣленіи гимнастикою, но и врачебною, платятъ, сверхъ того, ежегодно по 20 рублей. Впослѣдствіи, какъ скоро окажется возможнымъ, эти вносы будутъ уменьшены.

вышающія власть дирекціи, рѣшаются общимъ собраніемъ, въ которомъ участвуютъ съ правомъ голоса всѣ члены общества.

Пожелаемъ успѣха прекрасному дѣлу, за которое взялись люди, понимающіе всю важность его, готовые служить ему своими способностями и временемъ. Дай Богъ, чтобъ и тѣ, отъ которыхъ зависитъ содѣйствіе доброму начинанію, а особенно лица, стоящія во главѣ воспитанія, прониклись убѣжденіемъ, какую великую пользу они могутъ принести возрастающему поколѣнію средствами, предлагаемыми гимнастическимъ обществомъ.

—ъ.



(Изъ газеты «Голосъ» № 319-й).

